

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* PADA
GURU SLB NON PENDIDIKAN LUAR BIASA
DI KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu
Syarat Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)*



**UIN IMAM BONJOL
PADANG**

Oleh

**HAFIZAH SALAMAH PUTRI
NIM. 2115040078**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UIN IMAM BONJOL PADANG
1447 H/2025 M**

PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hafizah Salamah Putri

NIM : 2115040078

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Guru SLB non Pendidikan Luar Biasa di Kota Padang”** merupakan hasil karya saya sendiri dan dapat dipublikasikan sepenuhnya oleh Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran

Padang, 11 Agustus 2025


(Hafizah S.)



PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Guru SLB non Pendidikan Luar Biasa di Kota Padang” yang disusun oleh Hafizah Salamah Putri dengan NIM 2115040078, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk dilanjutkan ke sidang munaqasah.

Padang, 11 Agustus 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Hasneli, M.Ag

NIP.196502221994032003

Pembimbing II



Winbaktianur, SE., M.A

NIP. 197803272009121003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Guru SLB Non Pendidikan Luar Biasa di Kota Padang”, Hafizah Salamah Putri NIM. 2115040078 telah di uji dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, hari Selasa 19 Agustus 2025 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 26 Agustus 2025

Tim Penguji

Ketua

Dr. Hasneli M.Ag

NIP. 196502221994032003

Penguji I

Nur'asyah Yusri, S.Ag., M.Si

NIP.197501162005012005

Penguji II

Fadhilah, S.Psi., M.Pd.I

NIP.198011112006042002

Penguji III

Dr. Hasneli M.Ag

NIP. 19650222 994032003

Penguji IV

Winbaktianur, S.E., M.A

NIP.197803272009121003

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Setiawan, S.Ag., M.Pd

NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Guru SLB non Pendidikan Luar Biasa di Kota Padang” yang disusun oleh Hafizah Salamah Putri NIM 2115040078, dari Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh *burnout* atau kelelahan bekerja yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa (SLB) yang tidak memiliki latar belakang Pendidikan Luar Biasa (PLB), yang mana mereka dituntut untuk mendampingi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) meskipun bukan berasal dari PLB. Salah satu faktor yang dapat berperan untuk mengurangi terjadinya *burnout* adalah efikasi diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* pada guru SLB non-PLB di Kota Padang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 71 guru SLB non-PLB di Kota Padang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan *burnout*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri berada pada kategori tinggi dengan persentase 77,46% dan variabel *burnout* berada pada kategori rendah dengan persentase 64,79%. Selanjutnya, hasil hipotesis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* dengan nilai sig. (p) = 0.000 dan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,567. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami pada guru SLB non-PLB di Kota Padang, begitu juga sebaliknya. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : Efikasi Diri, *Bunout*, Guru.

ABSTRACT

This thesis is entitled “The Relationship between Self-Efficacy and Burnout in Special Needs Schools (SLB) Teachers without a Special Education Background in Padang City”, written by Hafizah Salamah Putri, Student ID 2115040078, from the Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, State Islamic University of Imam Bonjol Padang.

This research is motivated by the issue of burnout experienced by teachers in Special Needs Schools (SLB) who do not have an educational background in Special Education (PLB). These teachers are required to assist students with special needs (ABK) despite not being specifically trained in the field. The purpose of the study is to determine whether there is a relationship between self-efficacy and burnout among SLB non-PLB teachers in Padang City.

This study employed a quantitative approach with correlational analysis. The sample consisted of 71 SLB non-PLB teachers in Padang City, selected through purposive sampling. Data were collected using a self-efficacy scale and a burnout scale. The results showed that the self-efficacy variable was in the high category, with a percentage of 77.46%, while the burnout variable was in the low category, with a percentage of 64.49%. Furthermore, hypothesis testing revealed a significant negative relationship between self-efficacy and burnout, with a significant value (p) = 0.000 and a correlation coefficient (r) = -0.567. This indicates that the higher the level of self-efficacy, the lower the level of burnout experienced by SLB non-PLB teachers in Padang City, and vice versa. Therefore, it can be concluded that the hypothesis of this study is accepted.

Keywords : Self-Efficacy, Burnout, Teachers.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur saya ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Efikasi diri dengan *Burnout* pada Guru SLB non Pendidikan Luar Biasa di Kota Padang”. Shalawat beserta salam saya limpahkan kepada junjungan kita yaitu Nabi Muhammad SAW. yang telah membimbing umatnya ke jalan yang benar dan sekaligus menjadi suri tauladan bagi umatnya.

Proses terselesaikannya skripsi ini dan karya tulis ini tidak terlepas dari pengajaran, bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga segala rintangan yang dirasa berat menjadi lebih ringan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak dan penghargaan yang tidak terhingga kepada:

1. Dekan serta wakil Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, beserta karyawan dan karyawan yang telah mengembangkan kualitas pendidikan dengan memberi fasilitas kepada penulis selama masa perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini.
2. Ketua Program Studi Psikologi Islam dan Sekretaris Program Studi Psikologi Islam, terima kasih atas bantuan dan arahan serta kepeduliannya terhadap kelancaran administrasi penulis selama perkuliahan.
3. Ibu Dr. Hasneli, M.Ag selaku dosen pembimbing I, dan Bapak Winbaktianur, SE., M.A selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan perhatian, semangat dan senantiasa sabar dalam proses bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis selama menyelesaikan skripsi. Semoga setiap kebaikan dibalas dengan pahala berlipat ganda. Aamiin.
4. Ibu Dr. Ruaidah, M.Pd selaku dosen pembimbing akademik yang telah mengarahkan dan menasehati penulis selama proses perkuliahan.

5. Segenap dosen pengajar Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih telah tulus dan sabar memberikan ilmu, ide, inspirasi, motivasi, dan mengajarkan banyak hal yang begitu berharga selama masa perkuliahan. Semoga sehat selalu dan semua curahan ilmu menjadi ladang pahala. Aamiin.
6. Terima kasih kepada segenap guru SLB non-PLB di Kota Padang sebagai responden yang telah meluangkan waktu dan mengisi skala dalam penelitian ini. Responden sangat berperan penting dalam penulisan skripsi ini.
7. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta, Almarhum Ayahanda Ahmad Syaifullah dan Almarhumah Ibunda Elfa Susanti. Alhamdulillah penulis telah sampai pada tahap ini sebagai bentuk persembahan awal dari sekian banyak impian yang ingin diwujudkan untuk Ayah dan Ibu. Terima kasih telah melahirkan, merawat, dan membesarkan meski dengan waktu yang singkat, namun sangat berharga bagi penulis. Terima kasih telah mengantarkan penulis hingga ke titik ini, walaupun pada akhirnya harus melanjutkan perjuangan tanpa dukungan, penyemangat, dan do'a langsung dari Ayah dan Ibu. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan kasih sayang-Nya di tempat terbaik untuk Ayah dan Ibu. Aamiin.
8. Kepada saudara penulis Hafiz Aslam Tanjung, S.Ds., ucapan terima kasih yang mendalam atas segala bentuk pengorbanan dan kerja keras yang telah diberikan. Setiap keringat yang tercurah dalam mencari nafkah merupakan bukti ketulusan yang tak ternilai. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Hamdi Aslam Putra, Hasbi Aslam Putra, dan Hauzan Irhab Nabil atas dukungan dan kepercayaan yang menjadi sumber motivasi selama proses penulisan ini.
9. Kepada keluarga besar yang telah menjadi pengganti orang tua penulis, terima kasih atas segala dukungan, semangat serta do'a yang telah diberikan.
10. Kepada teman-teman seperjuangan sejak awal perkuliahan Wicha Pri Ade Tya, Farhana Mujahidah, Hafizha Rahmi, Sakina Muliani, Nadratul

Muthmainnah, Ulfa Mardhatillah, dan Melisa Putri. Terima kasih atas setiap lelah, tawa, dukungan, dan perjalanan yang telah dilalui bersama. Kebersamaan ini menjadi kekuatan yang berarti dalam menjalani perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih atas dukungan dan motivasi yang diberikan.
12. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri yang telah mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Meski sering merasa lelah, ragu hingga banyak air mata yang berjatuhan, kamu tetap memilih untuk bertahan dan terus melangkah. Semoga pencapaian menjadi bukti bahwa setiap usaha dan kesabaran tidak pernah sia-sia.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan pengetahuan penulis. Untuk itu, penulis mengharapkan masuk dan kritik dari pembaca guna memperbaiki serta penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat.

Padang, 11 Agustus 2025



Hafizah Salamah Putri

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEORSINILAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Batasan Masalah	12
D. Tujuan Penelitian	12
E. Manfaat Penelitian	13
F. Sistematika Penulisan	14
BAB II	16
LANDASAN TEORI	16
A. <i>Burnout</i>	16
1. Pengertian <i>Burnout</i>	16
2. Aspek-Aspek <i>Burnout</i>	17
3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	19
4. <i>Burnout</i> dalam Pandangan Islam	22
B. Efikasi Diri	23
1. Pengertian Efikasi Diri	23
2. Aspek-Aspek Efikasi Diri	24
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri	25
4. Efikasi Diri dalam Pandangan Islam	28

C.	Hubungan Efikasi Diri dengan <i>Burnout</i>	30
D.	Penelitian Relevan	32
E.	Kerangka Konseptual	39
F.	Hipotesis	40
BAB III.....		39
METODE PENELITIAN		39
A.	Jenis Penelitian	39
B.	Identifikasi Variabel	39
C.	Definisi Operasional	40
D.	Populasi dan Sampel	41
E.	Teknik Pengumpulan Data	44
F.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	47
G.	Teknik Analisis Data	50
BAB IV		52
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		52
A.	Gambaran Subjek Penelitian	52
B.	Pelaksanaan Penelitian	52
C.	Hasil Penelitian.....	53
1.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	53
2.	Kategorisasi Variabel	54
3.	Uji Normalitas	58
4.	Uji Linearitas	59
5.	Uji Statistik <i>Chi-Square</i>	60
6.	Uji Hipotesis.....	61
D.	Pembahasan	62
BAB V.....		73
KESIMPULAN DAN SARAN		73
A.	Kesimpulan.....	73
B.	Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....		75
LAMPIRAN		81

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Kuesioner Awal mengenai <i>Burnout</i>	6
Tabel 3. 1 Jumlah guru SLB non-PLB di Kota Padang	42
Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban <i>Burnout</i>	45
Tabel 3. 3 Alternatif Jawaban Efikasi Diri	45
Tabel 3. 4 Blueprint Skala <i>Burnout</i>	46
Tabel 3. 5 Blueprint Skala Efikasi Diri	47
Tabel 4. 1 Data Demografis.....	53
Tabel 4. 2 Sebaran Data Variabel Statistik.....	54
Tabel 4. 3 Kategorisasi Skala <i>Burnout</i>	55
Tabel 4. 4 Kategorisasi Skala Efikasi Diri	57
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas.....	59
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas	59
Tabel 4. 7 Hasil Uji Chi-Square	60
Tabel 4. 8 Hasil Uji Hipotesis	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	39
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1	81
LAMPIRAN 2	91
LAMPIRAN 3	99
LAMPIRAN 4.....	105